

Oost west, *thuis best*

Het thuisgevoel in verpleeghuizen

Verhuizen naar

een verpleeghuis is vaak een emotioneel ingrijpende gebeurtenis die om een groot aanpassingsvermogen van nieuwe bewoners en hun sociale omgeving vraagt. Een van de uitdagingen voor zorgorganisaties is om te zorgen dat bewoners zich ondanks alles in het verpleeghuis thuis voelen. De vraag is welke factoren dit thuisgevoel beïnvloeden. Systematisch literatuuronderzoek door Fontys Hogescholen heeft deze nu in kaart gebracht.

Op basis van de literatuur zijn vijftien factoren gevonden die kunnen worden onderverdeeld in psychologische en sociale aspecten en factoren die de gebouwde omgeving betreffen. Een belangrijke psychologische factor is het gevoel gezien en erkend te worden als individu. Hierbij gaat het erom dat anderen 'de persoon achter de aandoening' zien en daar ook naar handelen. Eigen gewoonten en waarden kunnen behouden bleek eveneens belangrijk om bewoners het gevoel te geven thuis te zijn in het verpleeg-

huis. Bewoners laten meedraaien in het huishouden en hun de gelegenheid bieden voor hobby's als lezen, favoriete muziek luisteren, tuinieren of puzzelen kan hieraan bijdragen. Een derde factor is het behoud van autonomie. Het is belangrijk voor bewoners dat zij zich vrij voelen, voldoende mobiel zijn en zoveel mogelijk in staat gesteld worden voor zichzelf te zorgen. Ook de mogelijkheid naar eigen inzicht foto's of schilderijen op te hangen of een kamer in te richten naar eigen smaak, draagt bij aan autonomie. Tot slot blijkt ook coping een belangrijke psychologische factor in het creëren van een thuisgevoel. Hoe bewoners tegen hun eigen situatie aankijken kan erg verschillen. Strategieën als 'het leven en de situatie accepteren zoals ze zijn', 'niet te lang blijven hangen in het verleden' en 'goed doen tegenover anderen' kunnen mensen helpen om zich in het verpleeghuis thuis te voelen.

Uit de gevonden sociale factoren komt naar voren dat bewoners een thuis associëren met een plaats waar je je verbindt met anderen. Zij beschrijven een thuis als een plek waar je het

gevoel hebt erbij te horen en deel te zijn van een groep. Aspecten die hierbij worden genoemd zijn solidariteit, wederkerigheid, vriendschap en een prettig contact met professionals. Onder dit laatste verstaat men medewerkers die tijd nemen voor een praatje, de zorg niet afraffelen, geen uniform dragen, activiteiten ondernemen met bewoners en hen op een persoonlijke manier benaderen. Ook een fijn contact met medebewoners, familie, vrienden en huisdieren wordt genoemd als factor die ertoe bijdraagt dat men zich thuis voelt. Voor het thuisgevoel blijkt het verder van belang dat familieleden regelmatig op bezoek komen en mee kunnen doen met wat er in het verpleeghuis gebeurt. Tot slot noemen bewoners ook regelmatig dat het belangrijk is activiteiten te kunnen blijven ondernemen. Van belang voor het thuisgevoel is dat deze betekenis geven aan het leven van de bewoners.

GEBOUWDE OMGEVING

Bij de factoren die betrekking hebben op de gebouwde omgeving valt te denken aan de verdeling van de ruimtes, de

manier waarop deze zijn ingericht en de fysieke omgeving. Met name een privé-ruimte hebben blijkt belangrijk om bewoners een thuisgevoel te laten ervaren. Eigen sanitair, een eigen slaapkamer en zorgprofessionals die niet zomaar ongevraagd de privéruimte binnen stappen spelen hierbij een belangrijke rol. Dat geldt ook voor persoonlijke spullen mogen meenemen (bijvoorbeeld meubels, schilderijen en foto's).

De inrichting van de semipublieke ruimtes blijkt eveneens van invloed. Een voorbeeld is de mogelijkheid eigen, herkenbare spullen zoals een stoel in de gemeenschappelijke ruimte te kunnen neerzetten. Een ander aspect dat van betekenis is als het gaat om het thuisgevoel is de rol van technologie in het verpleeghuis. Voorbeelden hiervan zijn mobiliteit verhogende technologie en toegang tot de eigen persoonlijke (medische) gegevens.

Uit de literatuur komen ook factoren naar voren die te maken hebben met uitstraling en atmosfeer, zoals het kleurgebruik in het gebouw, een schoon en opgeruimd interieur, decoraties in de ruimtes en verse bloemen op tafel. Een aangename



BETEKENIS VOOR DE PRAKTIJK

Welke betekenis heeft dit inzicht in wat het thuisgevoel van verpleeghuisbewoners bepaalt, nu voor de beroepspraktijk? En hoe kun je er met behulp hiervan als verpleeghuismedewerker aan bijdragen dat bewoners zich thuis voelen in het verpleeghuis? Allereerst valt te denken aan de factoren die betrekking hebben op de kwaliteit van het zorgproces. Wat het thuisgevoel van bewoners op dit punt versterkt, blijkt vooral in kleine dingen te zitten die vaak niet veel extra tijd en geld kosten. Bijvoorbeeld zo nu en dan de tijd nemen voor een praatje, een activiteit ondernemen of interesse tonen

leven leiden en niet altijd laten merken dat dit belangrijk voor hen is. Zorgmedewerkers zouden hier proactief kunnen zijn door mantelzorgers bewuster en systematischer bij het zorgproces te betrekken en informeel contact tussen bewoners, personeel en mantelzorgers te stimuleren. Denk aan samen maaltijden bereiden, tv kijken, bezoek op de eigen kamer toestaan en voor een gastvrije cultuur zorgen waarin ook mantelzorgers zich op hun gemak voelen en het idee hebben echt op bezoek te zijn bij hun naaste (bijvoorbeeld door dat zij zelf koffie kunnen zetten of gezellig mee-eten).

Behalve rond het zorgproces zouden ook in de gebouwde omgeving maatregelen genomen kunnen worden om het thuisgevoel van verpleeghuisbewoners te versterken. Zo zouden zorgorganisaties ervoor kunnen zorgen dat het gebouw een welkome uitstraling heeft. Bijvoorbeeld door ruimtes groot genoeg te maken om er persoonlijke spullen in te kunnen plaatsen. Belangrijk is ook dat bewoners de mogelijkheid hebben de eigen kamer naar eigen inzicht herin te richten of in een bepaalde kleur te laten schilderen, zonder dat zij daarbij door strikte regels worden beperkt. ♦

Hoe kun je er als verpleeghuismedewerker aan bijdragen dat bewoners zich thuis voelen in het verpleeghuis?

temperatuur, (dag)licht en een behaaglijk klimaat worden eveneens van belang gevonden. Tot slot noemen bewoners factoren die de buitenomgeving betreffen. Bijvoorbeeld groen rond het verpleeghuis, de mogelijkheid buiten te kunnen wandelen en een levendig uitzicht vanuit de woning. Het belang dat hieraan wordt gehecht is erg afhankelijk van de persoonlijke context: ben je een stadsmens of kom je van het platteland, houd je van rust of juist van een drukke straat?

voor de 'persoon achter de aandoe-ning'. Ondanks alle trainingen en nascholingstrajecten is hiervoor blijvende aandacht nodig omdat deze dingen zo belangrijk zijn voor het welbevinden van de bewoner.

Verder zouden zorgmedewerkers zich meer bewust moeten zijn van het belang dat bewoners hechten aan het onderhouden van contact met anderen. Het probleem is hier dat bewoners soms een enigszins teruggetrokken

TEKST JOOST VAN HOOF EN BIENKE JANSSEN

BEELD ANNEMARIE EUJKELENBOOM, EGM ARCHITECTEN

Joost van Hoof is verbonden aan De Haagse Hogeschool en Wrocław University of Environmental and Life Sciences.

Bienke Janssen is werkzaam bij Fontys Hogescholen, Eindhoven.